



# BRAZILIAN FIGHTER

*Edição de  
Aniversário*

## Online

Nº: 09 – Maio / Jun / Jul / Ago - 2013

**BRAZILIAN MARTIAL ARTS TEAM**

### **ANIVERSÁRIO DA B.M.A.T.**

Apesar de Sensei Marcio Machado dar aulas de artes marciais há quase 13 anos somente em 2005 decidiu criar uma equipe de lutas. Como todo começo as dificuldades eram enormes, pois alicerçar um time que pudesse incorporar todos seus objetivos parecia uma utopia muito distante.

Porém acreditou e decidiu em 2006 iniciar seu projeto mesmo sem um nome definido, contando apenas com sua experiência atlética e audácia vocacional. Seus primeiros alunos como Osmarino Rocha, Valdir Americano, Ariel Alves e Lucas Ribeiro foram colaboradores importantes para concretização do sonho de Marcio, uma vez que se entregaram totalmente nos treinos ministrados por ele em condições nada favoráveis.

No ano de 2007 expandiu seus horizontes ramificando seus ensinamentos por algumas academias na zona sul de São Paulo. Em 2008 batizou a equipe com o nome de Brazilian Martial Arts Team ( Time Brasileiro de Artes Marciais ), porém somente no dia 01 de agosto deste mesmo ano tornou-a oficialmente a B.M.A.T.

Algum tempo depois a família cresceu e ganhou status de grande equipe. Proliferou seus conteúdos marciais com exímia qualidade técnica e filosófica agregando cada vez mais adeptos dos esportes de combate.

A cada ano a B.M.A.T procura inovar, oferecendo aos seus membros o melhor que um time de artes marciais pode proporcionar.

Deste modo, fica estabelecido o dia 01 de agosto de 2008 como o dia oficial da fundação da Brazilian Martial Arts Team.

# **COLAÇÃO DE GRAU MARCIAL**

A Colação de Grau é um momento muito especial na vida do marcialista, pois neste dia lhe é conferido sua condecoração marcial, representada pela sua faixa de graduação.

A convocação é feita pela diretoria técnica da equipe composta pelos professores da B.M.A.T. que durante meses avaliam os alunos no decorrer das aulas convencionais de acordo com sua modalidade de luta.

Conjuntamente com sua faixa o marcialista transporta consigo sua experiência e dedicação nos treinos ostentados pela sua aptidão técnica e física.

Estaremos fazendo uma esplêndida festa marcial, com apresentações de karatê-dô, kick boxing e a própria cerimônia de colação.

Cabe aos alunos convocados aproveitarem este grandioso momento, pois o próximo exame de graduação será realizado somente no mês de março de 2014.

Este também será o último Festival de Artes Marciais nos moldes que é realizado, a partir do ano que vem ele será totalmente remodelado, impondo ainda mais glamour neste evento especial para todos que dele vivenciam.

**II FESTIVAL DE ARTES MARCIAIS**

**22 / SETEMBRO / 2013**

**KICK BOXING**                                   **KARATÊ-DÔ**

**DEFESA PESSOAL URBANA**

**SUA APLICAÇÃO NOS TREINOS PODE REPRESENTAR SUA CONVOCAÇÃO**

**SUA TÉCNICA MARCIAL PODE VALIDAR SUA FAIXA DE GRADUAÇÃO**

**SEU SONHO PODE SIGNIFICAR... SEU SUCESSO !!!**

LISTA DE CONVOCAÇÃO: 04 / AGOSTO / 2013

EXAME FÍSICO, TÉCNICO, TEÓRICO: 18 / AGOSTO / 2013

COLAÇÃO DE GRAU: 22 / SETEMBRO / 2013



# AVANÇO TECNOLÓGICO

O sonho tornou-se realidade.

Há tempos que a Brazilian Martial Arts Team vem trabalhando no intuito de criar um site de artes marciais para contemplar nossos alunos, amigos e colaboradores com conteúdos referentes à equipe e as modalidades de luta que fazem parte de nossa grade curricular.

Esta conquista só foi possível graças à ótima administração da diretoria e dos recursos provenientes dos Festivais Marciais que promovemos, pois parte do capital recolhido é direcionado para benfeitorias da equipe.

O site fruto do absoluto empenho do fundador Marcio que durante meses pesquisou e estudou as artes marciais e suas origens para escrever todas as matérias com a fidedignidade que elas exigem.



Outro importante colaborador foi Josiano Carvalho aluno do CEU – Cidade Dutra que não conteve esforços para atender a excessiva demanda de trabalho e as exigências de qualidade instituída pela B.M.A.T. ( Time Brasileiro de Artes Marciais ).

Nossa homepage engloba vários temas relevantes sobre as artes marciais, a equipe, diretoria, professores, alunos e etc. Em breve outros teores serão incorporados ao site dando mais subsídios informativos aos internautas praticantes e admiradores dos esportes de luta.

Além disto, há também uma página que os alunos podem expressar seus comentários interagindo com seus colegas de equipe de outras unidades e seus contentamentos com o esporte e a B.M.A.T.

De acordo com as declarações provenientes das inúmeras pessoas que acessaram o site conseguimos superar as expectativas o que induz que estamos no caminho certo.

Outras grandes novidades virão e com elas mais vantagens aos nossos alunos marcialistas.

Visite-nos:

[www.bmat.com.br](http://www.bmat.com.br)

# APRESENTAÇÃO NO CEU – ALVERENGA

Em comemoração ao dia internacional do trabalho, foi realizado no dia 01 de maio em parceria com a Academia Arena Vital e CEU – Alvarenga uma belíssima apresentação de kick boxing com os membros da Brazilian Martial Arts Team.

Lá estiveram presentes alunos de vários núcleos de treinamento para demonstrar as peculiaridades desta modalidade americana surgida na década de 70 por caratecas que aspiravam por mais contatos em seus combates.

A aula foi ministrada pelo Professor Marcio Machado – Faixa Preta 4º Dan com a colaboração do Professor Valdir Americano – Faixa Preta 2º Dan. Foi feito um breve aquecimento e logo depois foram trabalhados os fundamentos técnicos da modalidade.



Dia do Trabalho – Kick Boxing

## Preparativos para a apresentação



Os combates foram o auge do treino, pois o público entusiástico vibrou com a peleja entre os lutadores da B.M.A.T. que se confrontaram nas dependências do CEU – Alvarenga.

Além de proporcionar o intercâmbio entre os alunos foi uma ótima oportunidade para divulgar a modalidade que como todo esporte no Brasil carece de apoio e investimentos pelo órgãos públicos e privados.



Professores da B.M.A.T e Proprietários da  
Academia Arena Vital

# I CURSO TÉCNICO DE DEFESA PESSOAL URBANA

Prosseguindo no seu desígnio de qualificar os membros da Brazilian Martial Arts Team, foi realizado no dia 19 de maio, nas dependências do CEU – Cidade Dutra, o I Curso Técnico de Defesa Pessoal Urbana, aberto para todos os marcialistas independentemente do estilo de luta.



Alunos de várias modalidades

O curso teve por objetivo orientar os alunos quanto as técnicas mais apropriadas para coibir a ação de um ato agressivo na intenção de preservar a integridade física da possível vítima.



Queda mais contra-ataque

Logo em seguida professor Marcio Machado – Faixa Preta - 1º Grau, iniciou o curso ensinando os discentes como escapar de situações de agarre e estrangulamento, com ou não aplicação de contra-ataques.



Escape de soco direto

Foram também instruídos em defesas com esquivas onde a vítima não entra em confronto com o oponente agressor.



Diversas formas de imobilização após tentativa de agressão física

Talvez o auge do aprendizado se deu no momento que Professor Marcio ensinou técnicas de pressurização de pontos vitais, cuja aplicação gera várias dores no indivíduo. Este tipo de conhecimento é bastante reservado, pois exige conhecimentos de anatomia humana e de muitos anos de prática marcial.

Diante de tantas informações novas os alunos manifestaram seu contentamento com o curso sem perceber sequer que o mesmo se estendeu por cinco horas. Foi tão gratificante aos alunos que foi solicitado a diretoria da B.M.A.T. novos cursos deste gênero.

Todos os participantes receberam certificado de participação chancelado pela Brazilian Martial Arts Team assinado pelo conceituado professor Marcio Machado.



Pressurização em Pontos de Dor



Lourdes, Prof. Marcio e Gerson

# DEFESA PESSOAL URBANA

## CURSO ESPECIAL KICK BOXING - KARATÊ-DO - DEFESA PESSOAL QUALIFICAÇÃO TÉCNICA NOVEMBRO / 2013



COORDENAÇÃO: MARCIO MACHADO

# TREINO DIFERENCIADO NA OXY FITNESS

No mês de junho a academia Oxy Fitness na Vila Mascote foi alvo de um treino diferenciado idealizado pelo professor Marcio Machado onde houve a inserção do treino convencional de kick boxing com abrangências no treinamento funcional.



Carol – Aluna Oxy Fit

Diante deste fato atípico foram convidados alunos da B. M.A.T. de outros núcleos de treinamento que somaram forças com alunos mais novos da Oxy Fit.

Exercícios com medicine ball



Foram separados dois blocos de treino para que os kick boxers pudessem vivenciar várias experiências motoras nos diferentes exercícios que compuseram a aula. Para melhor aproveitamento o professor Marcio levou equipamentos como elásticos, prancha de equilíbrio, medicine ball, aparadores de chute e luvas de foco.



Danilo Belluzzo

Durante 1 hora os alunos treinaram diversos golpes em situações anômalas as habituais de treino, cujo experimento trouxe benefícios na propriocepção, coordenação motora, equilíbrio, força muscular generalizada e resistência muscular localizada.



Joelhada no step

Parte dos exercícios contidos na aula advieram do trabalho acadêmico ( TCC ) feito por Marcio na conclusão de sua faculdade em fisioterapia.



Luan e Tatiane ( Hello Kit )



Treino Funcional e Propriocepção



Elástico para sombra

Outros treinos semelhantes serão feitos com a finalidade de desenvolver as habilidades motoras e aumentar as capacidades físicas de nossos alunos marcialistas.



Mini Trampolim – Elásticos – Prancha de Equilíbrio – Barras c/ Pesos – Luvas de Foco

## QUALIDADE NAS ARTES MARCIAIS

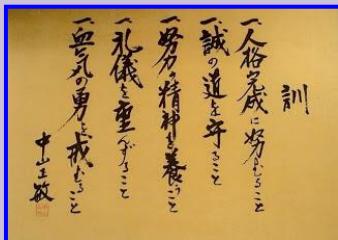
Acompanhando a tendência evolutiva das artes marciais, a Brazilian Martial Arts Team através de seu diretor e fundador Professor “ Sensei ” Marcio Machado decidiu reformular alguns conceitos que atualmente se fazem necessário mediante a expressividade que os esportes de luta adquiriram perante a sociedade ocidental.



Quando as artes marciais migraram para os países da América mudanças comportamentais ocorreram nestas modalidades em decorrência da cultura destas nações que difere totalmente de países como Japão, China, Coréia, etc.

Estas modificações fizeram que as artes marciais perdessem parte de sua filosofia milenar e adentrassem num processo de proliferação desordenada sem carregar consigo seus valores e mandamentos.

Professores que deveriam cultuar seus preceitos passaram a ignorar sua nobre essência desvirtuando as artes marciais para as profundezas obscuras do capitalismo moderno.



Entidades, equipes e professores começaram a comercializar faixas descompromissados com o ato de ensinar aos seus discípulos o autêntico caminho do real saber, cuja denominação pode se imputar ao Budo – “ Caminho do Guerreiro ”.

Para que isto não infrinja nossos ideais marciais á B.M.A.T. adotou certos procedimentos para manter a integridade de suas raízes marciais, não se rendendo a leviandade destes grupos narcisistas.



Prova disto são as aulas ministradas pelos nossos professores que incorporam conceitos teóricos de cunho filosófico associado a uma prática técnica corporal. Outros pontos a destacar são as grandes aulas e apresentações promovidas pela nossa entidade no intuito de favorecer a integração e inclusão de novos adeptos aos esportes de luta. E os cursos oferecidos aos nossos alunos a preços super reduzido acessíveis a todos.



Para atestar a qualidade de nossos marcialistas fazemos avaliações constantes durante as aulas convencionais e provas técnicas, físicas e teóricas antes de graduá-los. Todos tem que permanecer por um determinado tempo considerando seu nível marcial para que haja o perfeito amadurecimento dos ensinamentos técnicos e da doutrina marcial.



Respeitando fielmente estes critérios ficou estabelecido na B.M.A.T que o número de faixas para atingir a cobiçada faixa preta será de 9 á 10 categorias em média, por volta de 6 a 7 anos de prática constante. Assim podemos nos assegurar da perfeita qualidade de nossos alunos, respeitados por toda a comunidade marcial por suas incontestáveis habilidades.



A aquisição da titulação de Professor e/ou Sensei só poderá ser autenticada após o marcialista sobrevir de um estágio de um ano com professores com graduação acima de terceiro Dan ( Sandan ).

A graduação de Mestre em artes marciais em nossa equipe dar-se-á a partir da faixa preta - 5º Dan, ao contrário do que normalmente se estabelece por algumas entidades esportivas ou equipes quando se atribui tal qualificação já no quarto Dan.



Shihan Choshin Chibana



Grand Master Morihei Ueshiba – Criador do Aikido

Conforme descrito acima não temos pudor em nossos propósitos, pois pretendemos resgatar a dignidade marcialista em todos os seus âmbitos. Faremos sempre o melhor para nossos associados sem ferir a decência das artes marciais.

## CORRIDA NO AUTÓDROMO

Dia 09 de julho, feriado paulista em comemoração a Revolução Constitucionalista de 1932, ocorreu no autódromo de Interlagos, uma prova do circuito de corrida de ruas da Prefeitura Municipal de São Paulo.

Lá estiveram presentes aproximadamente 2.000 corredores entre eles três membros da Brazilian Martial Arts Team, o professor Marcio Machado, Ricardo Chaga ( CEU – Cidade Dutra ) e Arthur Araujo ( Academia Pedro Gym ).



Arthur Araújo, Prof. Marcio e Ricardo Chaga

O circuito foi o mesmo utilizado nas provas automobilísticas com suas curvas sinuosas, subidas íngremes e longas retas. O clima foi típico da época com frio e garoa.

Nossos marcialistas concluíram a corrida de 4 quilômetros sem nenhuma intercorrência contrária senão a satisfação de superação e alegria.

Esperamos que outras pessoas da equipe compartilhem desta atitude saudável e ponha-se a correr nas inúmeras provas realizadas na cidade de São Paulo.

# CAMPEONATO INTERNO DA B.M.A.T.

Acompanhando a evolução da Brazilian Martial Arts Team em todos seus contextos marciais, em breve estaremos promovendo o I Campeonato Interno da equipe, com a finalidade de selecionar os alunos que mais se destacam e que objetivam estar representando a equipe em competições.



Para estar se candidatando é necessário que o aluno esteja tecnicamente preparado de acordo com sua graduação de faixa e que tenha disponibilidade para estar treinando regularmente com os professores Marcio e Valdir Americano.

Tão importante quanto sua exímia condição física e perícia técnica é estar totalmente envolvido intelectualmente com os princípios filosóficos das artes marciais e ter conduta ética e moral irrepreensível nas aulas e na sociedade como um todo.



Os interessados deverão se inscrever nos campeonatos internos da B.M.A.T. que tem a meta de selecionar os alunos para se tornarem futuros atletas da equipe. Não estamos à procura de quantidade e sim de revelar talentos.



As competições serão realizadas conjuntamente com a colação de grau dos alunos aprovados no exame de graduação em nosso Festival de Artes Marciais. Será cobrada uma taxa de participação afim de cobrir os gastos referente ao evento e premiação.

Os competidores estarão somando pontos no ranking interno da B.M.A.T e assim que atingir o patamar estipulado pelo departamento técnico serão convidados para representar a equipe em grandes competições.

Os pretendentes devem entrar em contato com nossos professores para maiores informações....

**CHEGOU A VEZ DOS CAMPEÕES BRILHAREM !!!**



# NO LONGÍNQUO CAMINHO DO MESTRADO

As artes marciais são consideradas um meio de promover o enriquecimento humano, através de sua prática sistematizada de exercícios físicos, cuja associação com preceitos filosóficos lhe confere valores de cidadania.

Trilhando seu destino nas artes marciais o professor “ Sensei ” Marcio Machado vem se aplicando infatigavelmente nos seus treinos e estudos afim de adquirir os conhecimentos que podem lhe conferir em dezembro de 2015 a almejada e respeitosa graduação de mestre em artes marciais.



Para tanto, está debruçado na leitura de vários livros de artes marciais, da cultura oriental, sociologia, filosofia, budismo, xintoísmo e de autoajuda adicionados a pesquisas de artigos na internet com o objetivo de obter todas as informações possíveis que acercam as modalidades de luta.



Treino de Kick Boxing

Outra fonte de instrução são os materiais audiovisuais adquiridos no restrito mercado marcial, pois sua grande maioria são produtos importados. Atualmente Sensei Marcio possui aproximadamente 200 dvds e mais de 270 vídeos compactos em sua videoteca pessoal.

Também procura conversar com outros professores e mestres inclusive de outras modalidades de luta, para fortificar seus conhecimentos.

Nunchaku

Mesmo sendo formado em educação física e fisioterapia, tendo feito duas pós-graduações sendo uma delas voltada ao treinamento desportivo com abordagens em competições e faixa preta há 12 anos, Sensei Marcio iniciou uma nova jornada estudantil com outra pós-graduação em Lutas e Artes Marciais pela Universidade Gama Filho.

O estudo universitário específico nos esportes de luta certamente vão lhe conceder conhecimentos preciosos para atingir o patamar



que aspira. Por se tratar de um curso novo, ele será uma das poucas pessoas no presente momento a possuir esta alcunha profissional.

Nos dias atuais torna-se imprescindível o conhecimento científico associado ao empírico na formação do verdadeiro marcialista.



Embora a prática física marcial seria leve a magistratura do “Budo” – Caminho do Guerreiro, ela jamais será completa se não houver o envolvimento espiritual na gênese intelectual do marcialista.



Tameshi-wari

Portanto torna-se concebível que para ser Mestre o sujeito tenha uma técnica marcial aprimorada, conhecimentos teóricos acentuados, ampla vivência nas artes marciais, e acima disto, ter a perfeita compreensão do ser humano na sua real essência frente a sua existência no mundo. Isto inclui ter condutas irrepreensíveis, estar inerte a invejas e desavenças, pregar atos de cidadania e ajuda ao próximo, buscando sempre evoluir humildemente no caminho da sabedoria suprema.



**ANTES DE VOCÊ CHAMAR ALGUÉM DE  
MESTRE**

**SAIBA QUE:**

Pra ser um Mestre de fato e de direito, é preciso ter história, é preciso ter caráter, é preciso ter vencido as barreiras impostas pelo medo, pelas dificuldades...

Pra ser um Mestre, é preciso ter caminhado pelos caminhos abertos e por aqueles cheios de obstáculos...

Pra ser um Mestre, é preciso que se aprenda a lidar com o ser humano da forma mais completa, com suas virtudes e defeitos...

O Mestre de fato e de direito é construído sobre um alicerce firme, rígido, com padrões severos...

O Mestre de fato e de direito é lapidado não só no tatame, ou ringue, é lapidado na Vida...

Pra ser um Mestre, é preciso que um Mestre o reconheça como tal, não basta um pedaço de papel e uma faixa

# CURSO TÉCNICO DE KICK BOXING

Promovemos no dia 07 de julho, mais um Curso Técnico de Kick Boxing com conteúdos relacionados com a questão defensiva do lutador.



Gigante orienta aquecimento

O tema foi escolhido propositalmente de acordo com a relevância destes fundamentos que visam impedir ações de ataques de seus oponentes nos combates.



Prévio Alongamento

O curso foi ministrado pelo professor Marcio, faixa preta - 4º Dan em Kick Boxing que há anos se dedica aos estudos da luta com muito afinco. Durante quase quatro horas orientou os alunos da Brazilian Martial Arts Team com técnicas de defesa, contenção, movimentação e contra-ataques.

É justo afirmar que a presença dos alunos nestes cursos são altamente relevantes, pois parte dos conteúdos são inéditos extraídos dos mais importantes mestres do mundo bem como de grandes campeões do K-1.



Bloqueio contra Pisão Frontal



Sempre que o professor Marcio prepara um curso procura especular materiais que possibilitem sua compilação e sua adaptação mais eficiente ao nível dos marcialistas amadores.

Outra forma utilizada por Marcio é sua criação de golpes próprios baseados nestas pesquisas e na riqueza de seu amplo repertório marcial nas diversas modalidades de luta que já praticou em 27 anos de atividade.

Estiveram presentes aproximadamente 20 alunos que desfrutaram de muita informação técnica. Todos receberam certificado exclusivo de participação da B.M.A.T ( Time Brasileiro de Artes Marciais ).



Professor Marcio e os participantes do curso

## **PARA REFLETIR....**

Vimos no dia 06 de julho, algo que para algumas pessoas jamais ou tão cedo não fosse acontecer, o Campeão invicto há sete anos no UFC Anderson Silva ser nocauteado pelo aspirante Chris Weidman, no inicio do segundo round.

Não cabe a nós meros amadores dos esportes de luta estar culpando Anderson pela perda do cinturão, pois o mesmo majorou durante anos o Brasil no competitivo mundo das lutas de MMA.



Provocações verbais desnecessárias

Porém, gostaria particularmente de fazer uma ressalva sobre a conduta inapropriada conduzida pelo Ex-Campeão durante todo o transcorrer do combate. Posturas semelhantes foram feitas por Muhammad Ali, George Foreman e Mike Tyson na sua trajetória como atletas. Considerando que o boxe sempre se escorou mercadologicamente destes comportamentos inadequados não seria novidade presenciar ocorrências destas no pugilismo mundial.

Mas assistir cenas semelhantes na categoria que diz ser a supremacia das artes marciais contemporâneas torna-se contraditório. Pessoalmente acho que isto infringe os conceitos éticos e filosóficos instituídos por quase todas as artes marciais do planeta. O que diria os Grand Masters do Japão Guichin Funakoshi ( Pai do Karatê moderno ), Jigoro Kano ( criador do Judô ), Morihei Ueshiba ( Fundador do Aikido ), e Hélio Gracie ( Brazilian Jiu Jitsu ), Choi Hong Hi ( Taekwondo ), e tantos outros celebres mestres das artes marciais.

Lamentável ver trabalhos e estudos de milhares de anos serem trocados por milhões de dólares por empresários que só pensam em somar mais fortuna.

Posso estar enganado, mas vejo este evento como algo puramente comercial onde o show se sobrepõe as próprias artes marciais. Lutadores só pensam em nocautear seus adversários em troca da ganancia da fama e da sustentabilidade que o dinheiro pode proporcionar.



Deboches e falta de total respeito



O golpe fatal no Ex-Campeão

Eu não estou aqui afirmando que não devam existir campeonatos de artes marciais, pois eles conferem desenvolvimentos técnicos aos atletas e as próprias modalidades de luta, beneficiando todos que estão envolvidos com ela.

Contudo não devemos remover as raízes ancestrais da doutrina marcial devendo esta sempre prevalecer sob qualquer circunstância. Lembro-me com nitidez o inicio do UFC e do maior evento de MMA realizado no Japão intitulado “ Pride ” e posteriormente expurgado pelo Dana White onde seus atletas entravam vestido com os trajes típicos da modalidade e se despiam momentos antes do combate após concluir seu “ regui ” marcial.

Enfim quero apenas salientar meu repúdio a atitudes de desrespeito e de provocação sem propósitos, pois a vitória de uma luta se conquista com destreza técnica, estratégia e aptidão física sem a utilização de artifícios verbais provocativos que não condiz com o esporte fundamentado no Caminho do Guerreiro “ O Budô Japonês ”.



Talvez alguns campeões estão esquecendo das lições de seus magníficos mestres nos primeiros aprendizados marciais, onde a humildade, cortesia e respeito são atributos qualitativos e quantitativos nas artes marciais, e que a faixa preta jamais poderá ser vendida ou trocada por um cinturão de um campeonato.

Que a reflexão moral seja feita !!!

Marcio Machado

Professor de Artes Marciais



Respeito é Tudo !!!

**Nota:** O texto acima foi escrito pelo Sensei Marcio Machado cerca de 3 dias após a fatídica luta do Anderson, ou seja, antes do mesmo vir a público e dar suas explicações sobre o acontecido. Segundo ele comentou posteriormente alguns erros foram cometidos principalmente sobre a abstinência das antigas lições de seus mestres marciais. Diz agora, em resgatar suas origens marciais na sua maior essência, saber fazer o melhor uso da sua energia física e mental. Caso isto realmente aconteça, o Campeão estará de novo reinando no octógono do UFC !!!

# LUGAR DE GLADIADOR É NA ARENA

É fato que todos os alunos da Brazilian Martial Arts Team são diferenciados em relação aos marcialistas de outras equipes de luta. Isto é fruto da ótima orientação que recebem de nossos professores e monitores que se entregam totalmente a célebre arte de bem ensinar.



Creatina e Simone



Claro que isto só é possível graças à ampla dedicação dos marcialistas que não mensuram esforços para estarem sempre melhorando sua condição atlética e intelectual.

Porém cabe a nós valorizarmos aqueles que superam nossas expectativas de empenho e desempenho.

Portanto registramos o exemplo dado pelos 22 alunos da equipe pertencentes à Academia Arena Vital que são verdadeiros gladiadores nas suas aplicações marciais.



Israel e João

Sob o comando do professor Marcio estes valentes guerreiros se entregam aos conhecimentos de seu tutor com devoção e aplicação nos pesados treinos de kick boxing que sempre são feitos com elevado fervor motivacional.

As aulas estão sempre tomadas por grande contingente de marcialistas estimulados pela energia positiva que reina no local.

Alguns destes alunos representam a essência da B.M.A.T são eles: Israel Lopes, Luan Ramos, João Lopes, Rogério Oliveira, Simone Neves, Luis Rubin e Sandro Heliodoro, o “ Creatina ”.



Rogério, Henrique e Luan

Evidente que para chegar ao nível destes consagrados alunos custa muita dedicação nos treinos, participação nos eventos da equipe como cursos e treinos especiais.



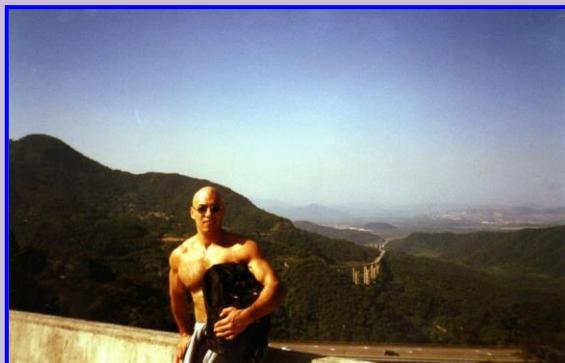
O resultado não poderia ser diferente, fiéis gladiadores da Brazilian Martial Arts Team que toda segunda e quarta travam uma fiel batalha na arena..... na Academia....Arena Vital !!!

## PARA RECORDAR >>>

Este quadro de nossa revista eletrônica foi criado para relembrar momentos históricos de nossos membros que jamais devem ser esquecidos. A cada três exemplares estaremos abordando casos e histórias de qualquer aluno ou dirigente da B.M.A.T que mereça através de seus atos audaciosos serem publicados para conhecimento de todos.

Para iniciarmos este novo espaço no Brazilian Fighter Online estaremos relatando as viagens a pé idealizadas pelo professor Marcio com seus três alunos da consagrada Academia Iron Master.

A primeira viagem aconteceu no ano de 2000, de maneira irrefletida quando o professor Marcio então personal trainer de Elói Martins o convidou á enfrentar um enorme desafio frente ao treino que seu treinador costumeiramente lhe indicava.



Agendada a viagem ambos se colocaram a caminhar rumo à cidade de Santos na baixada paulista. Além dos milhares de passos a exercer tinham ainda a sensação obscura pelo o que viria pela frente nos 65 quilômetros que teriam para caminhar.

Vista panorâmica da Serra do Mar

Mesmo munidos de alimentos foram longos períodos de fome e cansaço, pois encarar a estrada sem nenhuma experiência anterior não é uma tarefa muito fácil.

O momento mais crítico foi a partir do quilômetro 60, a desnutrição associada ao esforço realizado enfraquecia as últimas reservas físicas maltratando os dois companheiros. Apesar de faltar apenas 5 Km para atingir o objetivo foram horas caminhando com os pés repletos de bolha d'água, o que tornava os derradeiros metros ainda mais tortuosos.



Marcio tentava manter o astral positivo com palavras motivadoras enquanto seu aluno Elói nada falava tamanho desgaste físico e mental.

Chegaram a praia do Gonzaguinha ás 19:20 hs ponto final do lugar combinado e logo em seguida foram a pizzaria confraternizar a grande conquista.

Há exatamente um ano depois apareceria na Iron Master outra vítima das ideias aventureiras do professor Marcio. Desta vez foi Valdir Americano que teve a audácia de embarcar nesta arapuca, uma vez que Elói se omitiu de novos sofrimentos.

#### Pedágio Rodovia dos Imigrantes

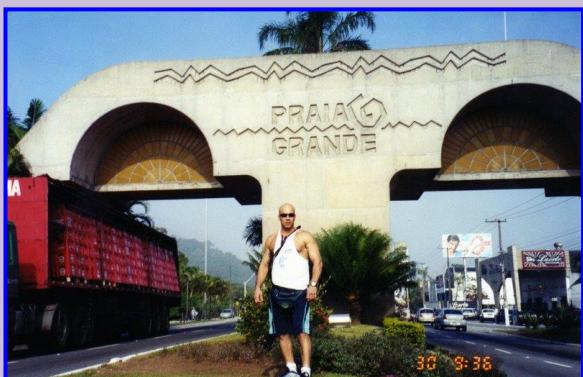
O destino agora era a cidade de Praia Grande, há 70 quilômetros de distância da capital Paulista. Com mais experiência nossos colegas foram mais equipados afim de suportar as dificuldades.



Diferentemente da viagem anterior, Marcio e Valdir puseram a caminhar a noite iniciando seu trajeto por volta das 23:00 h. Incitados pela louca aventura colocaram literalmente os pés na estrada. Fizeram pequenas paradas para se alimentar de frutas secas e muito chocolate ao longo da rodovia dos Imigrantes.

Enfrentando o breu da noite e o perigo dos caminhões que passavam velozes pelos aventureiros, eles encararam a longa serra do mar sem repúdios a dor nos pés e nos membros inferiores.

#### Entrada da cidade de Praia Grande



No amanhecer já estavam na baixada santista em meio a uma grande névoa fria. Continuaram caminhando rumo a praia, afim de atingir os 70 Km propostos que estavam sendo marcados pelo relógio com dispositivo de GPS. Qual foi a surpresa deles quando chegaram à areia frente ao mar, que não haviam atingido a quilometragem estipulada.

Sem pestanejar colocaram-se a caminhar mesmo exaustos na praia afim de alcançar a marca desejada de 70 Km.

Depois do compromisso cumprido só restou a Marcio e Valdir sentar no quiosque e tomar uma deliciosa caipirinha, antes de retornar de ônibus para São Paulo.

A próxima viagem foi muito mais audaciosa, para a cidade do Guarujá há 90 km.

Saíram à noite totalmente agasalhados, pois nesta ocasião o frio era intenso. Conforme já haviam feito boa parte do trajeto enfrentaram sem maiores problemas as adversidades da

perigosa estrada. Após algumas horas de caminhada se despiram de seus casacos, pois a esta altura o frio já não mais lhes incomodavam.

Pararam no posto de gasolina e aproveitaram para comer alguns lanches em uma famosa rede de fastfood. Diante da carência nutricional e principalmente calórica qualquer alimento é bem-vindo para saciar a destemida fome.



Rodovia Nova Imigrantes

Tomaram um café quente e voltaram à estrada, muitos quilômetros haviam para ser percorridos. Frio e uma fina garoa atrapalharam nossos aventureiros. Passaram toda a madrugada caminhando até chegar à cidade de Cubatão, logo em seguida pegaram a rodovia para o Guarujá.



A caminho da Cidade do Guarujá

Diante do frio intenso, da distância, da falta de recursos alimentícios e da escassez de água, não coube a Marcio e Valdir outra alternativa senão abortar a missão após terem percorridos 72 km. Neste momento ficou a frustração e a promessa de refazer novamente a viagem.

Duas semanas após, seguem os arrojados professores da B.M.A.T. a caminhar determinados pela estrada rumo à cidade litorânea do Guarujá. Desta vez com a companhia adicional de Maurício também aluno da academia Iron Master.

A saída de São Paulo se deu às 22:00 h. O trio em passadas largas tomaram a estrada desta vez registrando toda a aventura com uma filmadora.

Fizeram basicamente todos os procedimentos das viagens anteriores. A mudança ocorreu involuntariamente na metade do percurso da serra do mar quando foram abordados por policiais que os obrigaram a retornar para São Paulo. Marcio, Valdir e Mauricio ignoraram a ordem verbal e logo após colocaram-se a correr serra abaixo imbuídos nos seus propósitos.

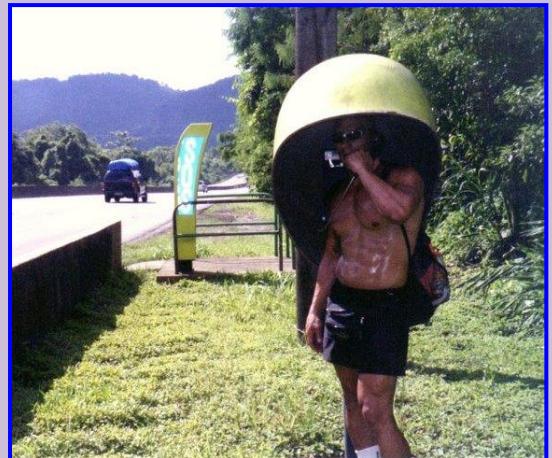


Túnel na Rodovia Piaçaguera

Foram quilômetros de muita correria e apreensão, pois poderiam ser presos caso se deparassem novamente com os policiais. Maurício não conteve o desgaste e abandonou a viagem em Cubatão onde pegou um ônibus. Marcio e Valdir descansaram um pouco no banco da praça e seguiram nos seus objetivos.

Dia clareando, café da manhã na padaria e renovação do ânimo para outros 20 quilômetros de caminhada. Retornaram impetuosamente atrás de suas metas, desta vez somente a cidade do Guarujá seria seu limite.

Andando pelo acostamento sentiam seus pés doerem por estar pisando em dejetos e pedras que havia pelo caminho que transitavam. Momentos depois foi o sol que castigou Marcio e Valdir, o dia estava muito quente somado ao calor do asfalto mais a poeira, as dificuldades foram grandes.



Pausa para telefonar para casa

A cada quilômetro completado mais os aventureiros se desgastavam, estavam nos limiar de suas energias, certamente o que lhes impulsionavam para conclusão de sua meta era a insuperável determinação.

Chegaram a cidade do Guarujá as 10:00 h da manhã, foram exatamente 24 horas caminhando ao relento, sem o mínimo descanso. Dirigiram-se a rodoviária pegaram o ônibus e retornaram para seus lares com a sensação de...Missão dada é missão cumprida...!!!



Finalmente a chegada na cidade litorânea do Guarujá – 90 Km

## A LIÇÃO QUE FICA !!!

Por Marcio Machado

Muitas vezes ficamos nos perguntando o que nos leva a submetermos a sacrifícios exaustivos de livre e espontânea vontade. Sempre tive plena consciência que através destas ações passamos a compreender melhor o sofrimento alheio e a valorizar mais o que temos. Além disto, nos faz enxergar que sempre podemos superar nossas capacidades desde que venhamos a nos dedicar plenamente em nossos objetivos.

Para ilustrar o que foi dito, vou contar um acontecimento nesta última viagem: “....Cansados decidimos deitar em um banco de praça em Cubatão, enquanto Marcio sofria acordado com as bolhas no pé, Valdir passava por um leve sono. Foi quando Marcio viu dois rapazes caminhando em sua direção, achou num primeiro momento que se tratavam de ladrões, quando de repente um deles retirou um pacote de bolacha da mochila e entregou-o caridosa mente a Marcio, que agradeceu dizendo que não havia necessidade, o rapaz insistiu para que ficássemos com a bolacha....”

Foi um momento de muita emoção, pois me senti na pele de um mendigo, com todas as suas carências e dificuldades, com a angústia de um futuro condenado a viver da caridade de outras pessoas. Portanto cabe a nós indivíduos privilegiados de saúde, estudo e condição financeira ajudar ao próximo, pregar o respeito e dignidade na sociedade, combater a violência, ser exemplo de honestidade e se comprometer a realizar seus próprios sonhos....

# BRAZILIAN MARTIAL ARTS TEAM

## CAMPEONATO INTERNO - SELETIVA

### KICK BOXING E KARATÊ-DÔ

Troféus  
Personalizados



ORGANIZAÇÃO: MARCIO MACHADO